

[Impressum]

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift**

Band (Jahr): **29 (1925-1926)**

Heft 9

PDF erstellt am: **13.09.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

<http://www.e-periodica.ch>

jam. Dann gebraucht man Senneblätter-, St. Germain-, Faulbaumrinden-, Holztee. Durchschnittlich nimmt man 10 bis 15 Gramm des Tees auf 150 bis 250 Gramm Wasser. Manche dieser Tees, zum Beispiel der Faulbaumrindentees, müssen stärker und länger gekocht werden. Der Wacholdertees wirkt mehr auf die Nierentätigkeit, alle diese Tees dürfen nur von Zeit zu Zeit getrunken werden. Man soll sich an ihren Gebrauch nicht gewöhnen. Viel läßt sich zur „Blutreinigung“ durch eine geeignete Diät erreichen. Man soll dann nicht zuviel Fleisch oder Fett, wenig Gewürz und Säuren, dagegen reichlich Gemüse und Obst, keinen Alkohol, wenig Bohnenkaffee genießen, sich dagegen viel Bewegung im Freien machen und die Muskeln durch Turnen, Gymnastik und Sport üben, außerdem fleißig Waschungen, Abreibungen und Bäder anwenden. Die Tees können hin und wieder durch Bitterwasser, Karlsbader Salz und dergleichen „abgelöst“ werden. Es gibt auch besondere Kräuter- und Gemüsekuren zur Blutreinigung. Soll diese durch den Darm erfolgen, so nimmt man besonders Tausendguldenkraut, Fihabarber, Korbel, Waldmeister, Löwenzahn, Spinat, Spargel, Salat, während bei der Blutreinigung durch die Nieren hauptsächlich Sellerie, Petersilie, Leinsamen, Spargel, Sauerampfer, Schwarzwurzel in Betracht kommen. Wer ganz sicher gehen will, möge sich „seine“ Blutreinigungskur durch den Arzt vorschreiben lassen.

Dr. Sch.

Vom Bücher leihen.

Wenn es wahr ist, daß Bücher unsere Freunde sind, wie kommt es, daß wir sie so schlecht behandeln? Wie ist es möglich, daß wir sie verschachern, erborgen, verleihen?

In Amerika hat sich eine Vereinigung von Bücherfreunden gebildet, die kein Buch leihen noch ausleihen wollen. — Mit einigem Nachdenken wird man erkennen, wie fein die Kultur solcher Männer ist, die in ihrem Buch mehr erblicken als etwas, das flüchtig wie eine Münze durch alle Hände geht. —

Wer die Bibliothek dieser Männer schaute, würde wohlthuend berührt sein, wie sorgfältig behandelt und gepflegt ein jeder einzelne Band aussieht; er würde spüren, daß der Besitzer ein

persönliches Gefühl der Dankbarkeit mit dem Buche als einem Vermittler schöner, lehrreicher und nicht selten unersehblicher Stunden verbindet.

Gewöhnlich lesen wir zu rasch und deshalb zu viel, wenn wir überhaupt uns zum Lesen Zeit nehmen. Gerade im hastigen Verschlingen der Lektüre liegt aber der Keim unseres Mangels verborgen. Denn hoch über dem Bücherfraß, der in allem gierig herumwühlt, steht der stille, bedachtame Freund wertvoller Lektüre, der jährlich sein Dutzend Bücher wohlgebunden in den Schast stellt, der sie in freien Stunden in die Hand nimmt und mit ihnen Zwiesprache pflegt.

Jede wahre Lektüre ist ein Gespräch zwischen dem Geist des Buches und des Lesers. Und nicht die schlechtesten Werke sind es, mit denen man in enger Freundschaft leben muß, bis sie einem das Beste und Schönste anvertrauen.


Wie soll aber einer, der ein Werk abgegriffen und beschmutzt aus den Schäften der Leihbibliothek reißt, dies erwarten können! So manches gute, gedankenvolle Buch wird als leere Unterhaltungsware behandelt. Eine Unehre für den Verfasser, eine größere für den Leser.

Leihweises VIELlesen führt zur Wahl- und Verständnislosigkeit. Nur dort wird man die feinen Köpfe antreffen, wo zwar verhältnismäßig wenig Bücher gelesen, aber alle gelesenen verstanden und geliebt werden. Es wird dies ein Volk von Bücherkäufern sein.

Soviel ist sicher: wenn ein Literaturberater einen wahrhaft erzieherischen Rat geben kann, so ist es dieser: „Kaufe deine Lektüre.“ Von selbst wird der Beratene vom Guten das Beste auszuwählen bestrebt sein, und unablässig wird sich im vertrauten Verkehr mit seiner Sammlung der Geschmack verfeinern.

Was ein erfahrener Schularzt rät.

Warum schauen so viele Eltern nicht mehr und nicht gründlicher auch nach dem Eintritt ihrer Kinder in die Schule auf ihre gesunde Entwicklung? Feststellung von Wachstum und Gewicht, Prüfung und allfällige Mißbildungen z. B. bei der Wirbelsäule könnten viel Unheil im Keim ersticken!

Redaktion: Dr. Ad. Böglin, Zürich, Mylstr. 70. (Beiträge nur an diese Adresse!)  Unberlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden. Druck und Expedition von Müller, Werber & Co., Wolfbachstraße 19, Zürich.

Insertionspreise für Schweiz: Anzeigen: 1/4 Seite Fr. 160.—, 1/2 Seite Fr. 80.—, 1/4 Seite Fr. 40.—, 1/8 Seite Fr. 20.—, 1/16 Seite Fr. 10.—, für ausländ. Ursprung: 1/4 Seite Fr. 200.—, 1/2 Seite Fr. 100.—, 1/4 Seite Fr. 50.—, 1/8 Seite Fr. 25.—, 1/16 Seite Fr. 12.50.

Wenige Anzeigenannahme: Annoncen-Expedition Rudolf Mosse, Zürich, Basel, Aarau, Bern, Biel, Chur, Glarus, Schaffhausen, Solothurn, St. Gallen.